

Zaproszenie

Strefa Rodzica 07.03.2026 r (sobota) na Future Up! Fest – EXPO-Łódź

Łódzka Fundacja Trampolina Strefa 1 (warsztaty dla rodziców)

	temat	prowadzący	uwagi
12:30-13:15	Przystanek 1: Przyszłość - Ekspresowe wsparcie dla rodziców nastolatków	Agnieszka Tułacz	Speed Speak – mini wykład z elementami integracji
13:30-14:15	Przystanek 2: Nastolatek na zakręcie – 3 kroki do mądrego towarzyszenia nastolatkowi w świecie zmian	Daria Pawlak	Speed Speak – mini wykład z elementami integracji

Łódzka Fundacja "Trampolina" - to miejsce wsparcia w budowaniu relacji rodzinnych i podnoszeniu kompetencji rodzicielskich. Łączymy działania edukacyjne, terapeutyczne i wspólnotowe, aby zapewnić kompleksową pomoc dla dzieci, młodzieży i dorosłych doświadczających trudności emocjonalnych i relacyjnych. Tworzymy bezpieczną przestrzeń do rozwoju, rozmowy i realnej zmiany. Jak wychowywać dzieci w świecie pełnym presji, ekranów i pośpiechu... a jednocześnie nie zwariować jako rodzic?

Na warsztacie „**Przystanek 1: Przyszłość - Ekspresowe wsparcie dla rodziców nastolatków**” pokażę Ci 6 prostych filarów, które pomagają budować relację, wspierać emocje dziecka i rozwijać jego samodzielność - bez krzyku, kar i perfekcjonizmu.

Minimum teorii. Maksimum konkretów.

Tak, żebyś następnego dnia wiedział/a: co robić inaczej.

Spotkanie dla rodziców, którzy chcą wychowywać świadomie, a nie „idealnie”. A. Tułacz

„**Przystanek 2: Nastolatek na Zakręcie**” Nastolatek na zakręcie czasem milczy, walczy albo zamyka drzwi – a pod tym wszystkim jest ktoś, kto bardzo potrzebuje zrozumienia. Pokażę (trzy?) konkretne kroki oparte na dialogu motywującym, które pomagają dorosłym odzyskać wpływ bez wchodzenia w walkę o rację. To wystąpienie o tym, jak w świecie zmian budować relację, która daje młodemu człowiekowi siłę do odpowiedzialnych decyzji. D. Pawlak

Zapraszamy

Krzysztof Makowski

Przewodniczący Komisji Edukacji Rady
Miejskiej w Łodzi

Przewodniczący Komisji ds. Rodziny, Dzieci i
Młodzieży Rady Miejskiej w Łodzi

Organizatorzy:

expo
Łódź

